Martes 1 de octubre del 2024

Director: Carlos Salinas Guerrero

el Popular

www.elpopular.pe

S/ 1.00 Diario 0.75, Lámina 0.25
VÍA AÉREA: S/ 1.50 Diario 1.25, Lámina 0.25

UN TERCER CARRO HABRÍA PROVOCADO CHOQUE EN TACNA

▶ Grave accidente también dejó 16 heridos, entre ellos, un bebito de 11 meses y un anciano. ▶ Hay cinco afectados que se encuentran graves. PÁGINA 2



BUS Y CAMIÓN SE LLEVAN 9 VIDAS

QUIERE DAR PENA

▶ Chibolín pide no lo manden a la cárcel para cuidar hijita y asegura no se fugará. PÁG. 4

600 MUERTOS

▶ En EE.UU. temen que número de víctimas de huracán llegue a esa cifra. PÁG. 12

BUS CHOCÓ CON CAMIÓN EN TACNA Y TAMBIÉN HAY 16 HERIDOS, MUCHOS GRAVES

Accidente deja nueve muertos



VEHÍCULOS QUEDARON REDUCIDOS A ESCOMBROS.

De forma temeraria

Según algunos testigos, el automóvil Toyota A4T-633 habría salido de una trocha para entrar a la carretera Costanera de forma temeraria, lo que se presume que habría provocado el accidente de tránsito. El auto está a nombre de Edilso Huerta Jahuira, ex alcalde del distrito La Yarada-Los Palos, y en su interior se encontró latas de cerveza. Los ocupantes del carro escaparon.

La PNP procedió a retener a Huerta y fue conducido a la comisaría del sector, ya que sería el presunto conductor del auto que habría ocasionado este terrible accidente. Las investigaciones continuarán.

✚ Mayoría de fallecidos son del bus de la empresa de Transportes Vilca que se dirigía a Ilo.
✚ Un chofer imprudente en un auto habría originado la tragedia.

TACNA. Las carreteras continúan tiñéndose de sangre. Un triple choque entre un bus de transporte público y un camión en la carretera Costanera sur, causó la muerte de nueve personas y otras 16 resultaron heridas.

El trágico accidente se produjo a la altura de la curva El Chasqui, en el kilómetro 31 de la mencionada vía, dentro de la jurisdicción del distrito La Yarada-Los Palos.

El bus lleno de pasajeros colisionó contra un camión cargado de tubérculos y un auto particular, lo que causó el siniestro.

PASAJEROS FALLECIDOS

Los mayoría de fallecidos y heridos pertenecen al bus de la empresa Transportes Vilca SAC, que presta servicios de Tacna a Ilo. Esta vez, los ocupantes del vehículo se dirigían al puerto de Ilo.



HERIDOS TRASLADADOS AL HOSPITAL.

El camión Cóndor Cargo W3I-874, por su parte, iba hacia la ciudad de Tacna.

El chofer del camión, Rossine Coaricona Phala (26), quien es uno de los fallecidos, transportaba papas, chuño, habas, otros cereales y corderos que murieron en el accidente.

La Policía Nacional reportó que un tercer vehículo A4T-633 fue afectado por la colisión.

Al lugar llegó personal de los bomberos, policías y paramédicos que trabajaron durante toda la madrugada del lunes para rescatar personas del bus, trasladarlos y estabilizarlos.

Se pudo identificar a algunos de los occisos, ellos son Hugo Quispe Machaca, conductor del ómnibus; Gregoria Flores Salas, Patricia Quispe Condori (42), María Elena Romero Butrón, una menor de iniciales K.C.R. (6) y tres personas más que permanecen como NN en la morgue de la ciudad.

HERIDOS DE GRAVEDAD

El director del hospital Hipólito Unanue, Eddy Vicente, detalló que entre los 16 heridos, están el menor N.M.P. (11 meses) y el adulto mayor Florentino Vilca Layme (80), quienes están en el área de emergencias.

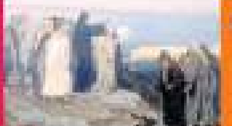
Igualmente, cinco pacientes se encuentran graves y necesitan atención especializada en traumatismo maxilofaciales, por eso se evalúa su traslado a otro nosocomio del país.

Personal de la Policía de Carreteras serán los encargados de realizar las investigaciones del caso y las posibles causas del accidente. ▲

el Popular
Martes 1 de octubre del 2024
Año 39 | Nº 14.677
Director (i): Carlos Salinas Guerrero
Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A.
Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

La palabra de hoy

San Lucas 9:51-56 "Sus discípulos Santiago y Juan le dijeron: "Señor, ¿quieres que hagamos bajar fuego del cielo para que acabe con ellos? Pero Jesús se volvió hacia ellos y los reprendió".



El cambio

DÓLAR:	COMPRA	VENTA
Informal	3.710	3.730
Bancario	3.625	3.804
Interbancario	3.670	3.795

EURO:
COMPRA: 4.270
VENTA: 4.330
(Interbancario)

Seguridad ciudadana

El uso correcto del casco no solo significa asegurarse de que lo lleva puesto en todo momento cuando está en la carretera. También debe encajar y sujetarse correctamente.

CUANDO ESTABA POR ALMORZAR EN OBRA DE CONSTRUCCIÓN

Obrero es asesinado

✚ Crimen ocurrió en pleno estado de emergencia y frente a sus compañeros.





HABRÍA SIDO EL ENCARGADO DE LA OBRA.

Cuando estaba por abrir el táper de su comida para almorzar, un obrero fue asesinado a balazos en Comas.

Al mediodía de ayer, el encargado de la obra de construcción de pistas de la municipalidad de Lima, que se realiza en la av. Túpac Amaru, Dregolo Ever Retis Alarcón (40), estaba con sus compañeros por almorzar, tras hacer el reparto de los alimentos.

En eso, aparece un sujeto que sin mediar palabra le metió cuatro balazos, acabando con su vida.



Toma nota:
En la zona hay cámaras de seguridad que ayudarán en ubicar a los asesinos.

Segundo crimen

Hace unas semanas, Gustavo Elescano Chanta, de 53 años, otro obrero de la misma obra en la av. Túpac Amaru, fue asesinado a tiros por sicarios que llegaron a bordo de una motocicleta.

TENÍA DOS SEMANAS

Personal policial llegó al lugar del crimen para cercar la zona conocida como "paradero Ferretería" y realizar las diligencias.

Retis Alarcón recién tenía dos semanas laborando en dicha obra, por lo que sus compañeros no saben si habría estado recibiendo algún tipo de amenazas por cupos o extorsión.

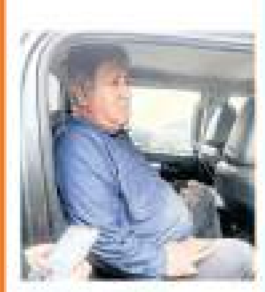
Este nuevo crimen ocurre en pleno estado de emergencia y a plena luz del día.

EN CORTO



PROSTÍBULO CLANDESTINO ES INTERVENIDO

La Policía Nacional intervino a 46 personas en un local que sería un presunto prostíbulo en Independencia. Se intervino el Hospedaje Kyodai, donde funcionaba la discoteca. Hubo una balacera entre los de seguridad y la PNP cuando se intervino. Son siete personas detenidas.



CHOCA CON MOTOTAXI TRAS ROBAR ACCESORIO

Los agentes de seguridad ciudadana de la municipalidad de Chorrillos intervinieron al conductor de un vehículo implicado en el robo de autopartes en el distrito. Se trata de Luis Ricardo Vargas Carrillo, captado robando en el sector de Los Cedros, autopartes de vehículos estacionados. Cuando lo detienen, se chocó contra una mototaxi.

ESTABAN CAMINANDO EN LA AV. ARGENTINA

Dos adolescentes son acribillados en el Callao



UN SICARIO LOS INTERCEPTÓ Y DISPARÓ 10 VECES.

Dos menores fueron acribillados, cuando se encontraban caminando y conversando en el Callao.

El crimen sucedió a las 11:00 de la noche, cuando ambos adolescentes de 15 años, fueron interceptados por un sujeto que sin mediar palabra, les metió 10 balazos.

Los vecinos comentaron que los menores, uno de ellos estaba en una bicicleta, conversaban tranquilamente en la av. Argentina, en la zona de Chacarita, cuando les dispararon.

El adolescente L.E.Z.B. (15) intentó escapar de las balas, cruzando la vía, pero recibió un tiro en la cabeza. Su amigo, quedó gravemente herido, siendo trasladado al hospital Daniel A. Carrión, a donde llegó cadáver. La PNP investiga las causas del homicidio.

DETENIDO POR LA POLICÍA.

HABRÍA MATADO A UN HOMBRE

Atrapan a sicario

En tiempo récord, la Policía detuvo a un sujeto que habría asesinado a un hombre en la zona de Bocanegra, en el Callao.

Los agentes de la comisaría de Playa Rímac atendieron a un hombre que se encontraba herido de bala, tras ser atacado a tiros por un sicario.

Pero de inmediato vieron a un sujeto que estaba a pocos metros del lugar del crimen, observando si la víctima había muerto o no.

Es así que los custodios logran reducir a Pier Pinedo Linares (22), quien al ser descubierto, apuntó con un revólver a los agentes.

En su poder se le encontró el arma de fuego con seis municiones, tres ya percutados. Será investigado por el delito de homicidio.

EN AVENIDA EN ATE

Caen dos extorsionadores



AMENAZABAN A CHOFERES.

Agentes de la Dirincri detuvieron a José Luis Fernández Gonzales "Negro" y Marcos Cabello Arellano "Chato", quienes serían presuntos extorsionadores a conductores de la empresa de transporte Los Loritos. Ellos cayeron en la av. Nicolás Ayllón en Ate. Iban a bordo de una motocicleta y pedían 20 mil soles.

el Popular | MARTES 1 DE OCTUBRE DEL 2024

Hoy cumple años
Julie Andrews (89). Actriz, cantante y productora británica ganadora del Óscar y conocida mundialmente por películas como La novicia rebelde, Mary Poppins, El diario de la princesa, etre otras más.



El santo del día
Santa Teresa del Niño Jesús. Patrona de los misioneros.

Un día como hoy
En 1946 En el Juicio de Núremberg (que comenzó el 20 de noviembre de 1945), se sentencia a los líderes del nazismo; 12 son condenados a muerte y tres a cadena perpetua.

ANDRÉS HURTADO PRESENTÓ SOLICITUD DURANTE LA AUDIENCIA DE PRISIÓN PREVENTIVA

Pide afrontar juicio en libertad

✚ Refirió que nunca se vio envuelto en temas legales y que debe cuidar a su menor hija de nueve años.

Andrés Hurtado afrontó ayer la audiencia de prisión preventiva que pesa contra él, Elizabeth Peralta y Javier Miu Lei por los presuntos delitos de tráfico de influencias, cohecho, lavado de activos y otros, en agravio del Estado.

En primer lugar, el polémico personaje precisó que su última hija de nueve años depende de él por lo que solicitó que pueda afrontar su proceso en libertad y refirió que no piensa fugarse ya que cuenta con arraigo laboral en Lima.

"Me gustaría, con el respeto que usted se merece, si afrontar un juicio justo en libertad porque tengo una niña de nueve años y el colegio voy a mantenerlo en reserva porque no es un colegio común. Cuando llamo común no es porque sea de alguna jerarquía alta, sino para salvaguardar a los niños que están en ese colegio", precisó.



DIJO QUE NO PIENSA FUGARSE.

Luego agregó: "Nunca ha pasado por mi cabeza (fugarse), ni por un segundo, porque yo tengo trabajo actualmente como gerente de relaciones públicas. Tengo un departamento en Surco, que es donde vive mi hija, para estar más cerca y poder llevarla al colegio como siempre la llevo desde hace nueve años", agregó.

Para finalizar, el popular Chibolín aseguró que nunca se vio envuelto en situaciones legales de este tipo y resaltó su trayectoria televisiva. El presentador indicó que en los últimos días hubiera cumplido 10 años al frente de *Porque hoy es sábado con Andrés* donde también resaltó la labor social que realizaba en su espacio.

"Permítame decirle algo, yo tengo 10 años de *Porque hoy es sábado con Andrés*. Hace tres semanas he cumplido 10 años de trabajo. Cuando me retiré le dije al país que me iba a retirar dos semanas para arreglar mi tema. En 33 años de carrera, esta es la primera vez que me veo envuelto en un tema serio", remarcó. ▲



SERÁ ESTE JUEVES 3 DE OCTUBRE.

SOBRE TERRORISMO URBANO

Debatirán si aprueban los proyectos de ley

Terrorismo urbano en debate. El presidente del Congreso, Eduardo Salhuana, informó que el pleno del Parlamento debatirá y someterá a votación los proyectos de ley relacionados con el terrorismo urbano el próximo jueves 3 de octubre.

"Tenemos el dictamen de 20 proyectos de ley referidos al tema de terrorismo urbano que, precisamente, engloba muchos de los ilícitos penales. El compromiso es ponerlo en agenda el próximo jueves y aprobarlo previa discusión", dijo. ▲

MANEJA VEHÍCULO DE PRESIDENTA BOLUARTE

Chofer es investigado



ESTARÍA INVOLUCRADO EN CASO DEL ESCUADRÓN DE LA MUERTE.

El suboficial de la Policía Nacional del Perú, Félix Montalvo Guevara, conductor asignado al vehículo que traslada a la presidenta Dina Boluarte, es investigado por el Ministerio Público por presuntamente estar involucrado en el caso Escuadrón de la muerte, a raíz de un operativo en el que se abatió a cinco delincuentes e hirió a un civil en 2015.

Este hecho ocurrió en el kilómetro 2½ de la carretera Ramiro Prialé, en el distrito de El Agustino, la madrugada del 29 de junio de 2015, cuando un grupo de policías llegó hasta ese punto y disparó contra cinco personas con antecedentes que habían sido colocados por un informante. ▲

INICIARON INVESTIGACIONES.

EN EL GORE CALLAO

Denuncian acoso sexual

La Fiscalía y la Policía Nacional realizaron ayer una diligencia en las instalaciones del Gobierno Regional (GORE) del Callao, luego de que un programa periodístico denunciara que un funcionario de esa entidad pidió a una ciudadana ceder a favores sexuales y la entrega de dinero a cambio de trabajo.

Ante esta acusación, la Fiscalía inició una investigación preliminar por los presuntos delitos de concusión y cohecho pasivo propio e inició las diligencias.

"Además, la Segunda Fiscalía Especializada de Violencia contra la Mujer y los Integrantes del Grupo Familiar del Callao inició investigación preliminar por el presunto delito de acoso sexual en contra de Rubén Villalba Rospigliosi", indicó el Distrito Fiscal del Callao en su cuenta de la red social X. ▲

DELINCUENTES LE EXIGEN DEJAR EL CARGO EN 20 DÍAS

Director de colegio denuncia amenazas de muerte

✚ También advierten que, de lo contrario, lo matarán a él o a un familiar.



LA VIDA DE ZAVALETA ESTÁ EN PELIGRO ANTE LAS AMENAZAS QUE VIENE RECIBIENDO.

TRUJILLO. El director del colegio José Olaya, Robert Zavaleta, denunció en Trujillo que es amenazado de muerte y piden que deje su cargo.

"Acá te vamos a ser prácticos y precisos. Somos la organización criminal que estamos atrás tuyo y de tu familia. Si no renuncias a tu cargo en 20 días, tenlo por seguro que te vamos a mandar en cajón", es uno de los mensajes que los criminales mandaron a su víctima.

Según relató, las amenazas se originan luego de una asamblea en la que algunos padres de familia le piden que se aparte del cargo directivo.

"Luego de la reunión me llegó dos mensajes a mi WhatsApp con videos cortos y fotos de su vivienda, con amenazas de muerte y me dan un plazo de 20 días para renunciar", dijo.

El docente llegó a la Divincri de Trujillo para poner la denuncia correspondiente.



Le mandan video

También le advierten que le están haciendo "reglaje" hace una semana. Le adjuntaron un video en el que se ve que rastrillan un arma de fuego y caen ocho balas.

EN CORTO

CONDUCTOR EBRIO DEJA CINCO HERIDOS

Cinco heridos dejó el choque de un vehículo contra un semáforo en la intersección de las avenidas Alcázar y Prolongación Tacna en el Rímac. El conductor, que aparentemente se encontraba en estado de ebriedad, perdió el control del auto blanco tras salir del túnel Santa Rosa e intentar girar hacia la av. Alcázar, momento en que ocurrió el accidente. Al lugar llegó personal de paramédicos del Samu que trasladó a los heridos a un hospital cercano.

SERÍA EN VENGANZA POR CRIMEN DE MUJER

Sicarios asesinan a dos amigos que bebían licor



HABRÍAN SIDO VICTIMADOS POR AJUSTE DE CUENTAS.

LA LIBERTAD. Cuando bebían licor, dos sujetos fueron asesinados a balazos por sicarios en Moche, en la provincia de Trujillo.

Las víctimas fueron identificadas como Julio Balaham Sánchez Sánchez (42) y Alexis Adrián Saldaña Nureña (25). Al respecto, el coronel PNP Víctor Revoredo dijo que manejan como hipótesis un ajuste de cuentas relacionado con la comercialización de drogas, ya que las víctimas podrían estar vinculadas a un reciente asesinato ocurrido en la misma zona a una señora en la puerta de su casa el 23 de setiembre. "Ya estamos tras los pasos de los atacantes", dijo el jefe policial.

Peritos de la Oficina de Criminalística llegaron para recoger pruebas.

RONDEROS HARTOS DE ROBOS

Linchan a dos ladrones

TRES CÓMPLICES SE DIERON A LA FUGA.

TRUJILLO. Hartos de la inseguridad ciudadana, integrantes de las rondas campesinas del centro poblado Pampas de San Juan, distrito de Laredo, atraparon a dos presuntos delincuentes que se dedicaban al hurto de autopartes.

Nicolás López, presidente de las rondas campesinas de Pampas de San Juan, dijo que cinco sujetos fueron sorprendidos robando una batería y computadora de una camioneta. Dos fueron capturados. Se trata de Jefferson García Valera y Wagner Sánchez, quienes fueron paseados por los pobladores con un cartel que decía "Soy ladrón" por la plaza de Armas y calles aledañas.

"Me pagaron 40 soles por trasladarlos a hacer sus fechorías", dijo uno de ellos.

El tiempo:
Temperaturas máximas y mínimas pronosticadas para hoy por el Senamhi.

PIURA	CHICLAYO	TRUJILLO	CAJAMARCA	IQUITOS	LIMA	ICA	AREQUIPA	CUSCO	JULIACA	PUNO	TACNA
30 ºC - 17 ºC	22 ºC - 16 ºC	22 ºC - 16 ºC	21 ºC - 13 ºC	33 ºC - 23 ºC	19 ºC - 16 ºC	32 ºC - 13 ºC	24 ºC - 10 ºC	25 ºC - 6 ºC	23 ºC - 6 ºC	21 ºC - 5 ºC	23 ºC - 12 ºC

La Luna

LUNA LLENA	CUARTO MENGUANTE	LUNA NUEVA	CUARTO CRECIENTE
18/9/24	24/9/24	2/9/24	11/9/24

SE HIZO DESCERRAJE EN 50 STANDS DONDE VENDÍAN CELULARES ROBADOS

Intervienen Las Malvinas

✚ Vocero de Fiscalía dijo que se busca incautación de puestos en av. Argentina.



MÁS DE 300 POLICÍAS Y 54 FISCALES PARTICIPARON EN EL OPERATIVO EN EL LOCAL DE LA AV. ARGENTINA.

En un operativo conjunto, la Policía Nacional del Perú (PNP) y el Ministerio Público intervinieron, con fines de incautación, más de 50 stands del centro comercial Las Malvinas investigados por comercializar celulares robados.

Más de 300 efectivos, con apoyo de 54 fiscales de la Quinta Fiscalía Provincial Transitoria de Extinción de Dominio de Lima, se apostaron alrededor de dicho recinto comercial en la av. Argentina, con los jirones Huancavelica y en la plaza Ramón Castilla.

Un vocero de la Fiscalía explicó que se procedió al allanamiento con descerraje, registro domiciliario e incautación de inmuebles con fines de extinción de dominio de estos stands.

Dijo que los móviles incautados habrían sido instrumentalizados para la realización de actividades ilícitas relacionadas al hurto y robo de aparatos sustraídos.

Explicación necesaria

La extinción de dominio está dirigido a la incautación de los inmuebles ubicados en Las Malvinas, y que esto conllevaría a incautar los celulares y equipos electrónicos que se comercializaban en estos stands.



BENEFICIO PARA 169 MIL PACIENTES.

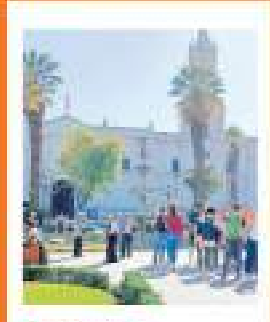
TRANSFIEREN DINERO PARA PACIENTES ONCOLÓGICOS

Atención asegurada

El Ministerio de Salud (Minsa), a través del Seguro Integral de Salud (SIS), transfirió más de S/386 millones para la atención y tratamiento de 169 mil asegurados con diversos diagnósticos oncológicos a nivel nacional durante el 2023 y 2024. Esta transferencia comprende la atención de los siete tipos de cáncer más frecuentes en el país: mama, cuello uterino, estómago, próstata, colon, leucemia y linfoma, a través del Fondo Intangible Solidario de Salud (Fissal). El financiamiento también es aplicable a más de 500 diagnósticos oncológicos, que forman parte de los 12 mil tratamientos cubiertos por el SIS en la actualidad.

El Minsa insta a los asegurados a acercarse al centro de salud más cercano para realizarse el tamizaje correspondiente para la detección temprana de la enfermedad, cubierto al 100%.

EN CORTO



SE VIENE FIN DE SEMANA LARGO

El mes de octubre trae una semana con dos días especiales. Se trata del feriado nacional del martes 8 de octubre en conmemoración del combate de Angamos, en honor al almirante Miguel Grau. Sin embargo, también se estableció como día no laborable para el sector público el lunes 7.



LIMA SORPRENDIÓ CON SISMO DE 4,0 EL LUNES

Un temblor de magnitud 4.0, con una profundidad de 96 kilómetros, se produjo este lunes por la mañana en la sierra de la región Lima, exactamente en Yauyos y fue percibido también en la ciudad capital, informó el Centro Sismológico Nacional del Instituto Geofísico del Perú (IGP).



NAVES ORIENTALES SERÍAN RESPONSABLES DE ESCASEZ DE POTA.

BARCOS ESTARÍAN PESCANDO DE MANERA ILEGAL

Chinos en mar peruano

Embarcaciones chinas estarían pescando de manera ilegal en nuestro mar. Así lo denunciaron pescadores peruanos que observan -con mucha frustración y sin la posibilidad de hacer algo para evitarlo- cómo estos buques chinos cargan, en sus embarcaciones industriales, el segundo recurso hidrobiológico más preciado en el país: la pota.

Desde hace un mes y medio, los pescadores del norte del país grabaron a todas estas embarcaciones de bandera china dentro de las 200 millas. Ellos están muy preocupados, porque casi el 70% de toda la pesca de pota que había en el Perú se obtenía en Piura; hoy, sin embargo, logran pescar apenas 2 o 3 calamares y todo sin que la Marina de Guerra del Perú, haga algo.



LOS OLIVOS EXIGE QUE NO HAYA MOTOS EN SU DISTRITO.

MENOS QUE CIRCULEN EN ESTADO DE EMERGENCIA

No quieren motos

El alcalde de Los Olivos, Felipe Castillo, propuso al Ministerio del Interior y a la Presidencia de la República prohibir temporalmente la circulación de motocicletas en los distritos bajo estado de emergencia, como parte de un esfuerzo por reducir el crimen.

Según el burgomaestre, el uso de motos está directamente vinculado con el 90% de los homicidios y un alto porcentaje de delitos como robos, extorsiones y sicariato en su distrito.

A la vez, plantea la necesidad de empadronar a los repartidores y motociclistas que utilizan estos vehículos para trabajo, a fin de identificar y regular su circulación.

DOS DE LOS INTEGRANTES FUERON DETENIDOS

Intervienen búnker de una banda de extorsionadores

✚ Policía incautó vehículos con lunas polarizadas, arma y granada de guerra.

La Policía realizó un operativo en un inmueble ubicado en Ate, donde detuvieron a dos presuntos extorsionadores extranjeros.

El coronel PNP Juan Carlos Montufar, jefe de Robos de la Dirincri, dijo que los sujetos estarían vinculados a extorsiones a una empresa de transporte, que opera en la ruta Ate-Cieneguilla.

En el predio de cuatro pisos, los detectives encontraron un arma de fuego, 10 vehículos con lunas polarizadas, dos motos y una granada de guerra.

Los detenidos fueron identificados como Joguear Castellano Ávila (25) y Maiker Luis Pérez Espinoza (26). En el inmueble también intervinieron a 27 extranjeros, de los cuales cinco se encuentran en situación migratoria irregular. Los detenidos son investigados por una balacera ocurrida en julio.



LES HALLARON UN ARMA, GRANADA DE GUERRA Y VEHÍCULOS.

EN CORTO

CÚSTER CHOCA CON ÁRBOL Y DEJA SEIS HERIDOS

Una cúster fuera de control chocó contra un árbol y dejó seis heridos, entre ellos dos menores, en San Juan de Lurigancho. Testigos dijeron que el vehículo de la empresa "Galileo de Jicamarca" se despistó y terminó empotrado contra un árbol en la berma central. Por su parte, el chofer Cristian Chahuilco Quispe, aseguró que perdió el control de la unidad luego de que los frenos le fallaran. Los bomberos trasladaron a los heridos al Hospital de San Juan de Lurigancho.

EXTORSIONABAN A EMPRESA

Caen Los Gatilleros de la 52 de Huáscar



PEDÍAN CUPO A EMPRESA DE TRANSPORTE.

Cuatro presuntos integrantes de la banda criminal Los Gatilleros de la 52 de Huáscar, acusados de extorsionar a empresas de transporte público, fueron detenidos en San Juan de Lurigancho.

Se trata de Jhonny Jara Barbarán (38) "Cuisi", Luis Alberto Yamunaquesera (37) "Muerte", Carlos Asis Caqui (28) "Zorro" y Jeferson Cahuaza Medina (18) "Pechi", quienes serían los que estarían extorsionando a la empresa de transporte 52.

Se les incautó fotos de la empresa, armas de fuego y un manuscrito extorsivo que dice: "52 de ahora en adelante todos los negocios de Huáscar tienen que pagar, sino los matamos".

Pasa la voz
Mañana en economía aprende cómo calcular el precio que debes cobrar por tu trabajo o producto. Busca toda la información sobre emprendimientos en la página 17.



¡Atención!
Búscanos en nuestras redes sociales Facebook, X, Instagram, YouTube y TikTok.

ESTA RECETA TE LLEGA EN LA LÁMINA DE MAÑANA AL COMPRAR TU DIARIO FAVORITO EL POPULAR

Prepara una torta mosaico de gelatina para toda tu familia

✚ Endulza a tus engreídos todas las semanas con las mejores recetas de nuestro coleccionable.

Todos los tips y secretos de la pastelería los encuentras en las láminas del coleccionable **Tortas, postres y bocaditos dulces** de **el Popular**.

Todos los días encuentra una lámina con una receta diferente dentro de tu diario. Estas te vienen gratis al adquirir **el Popular**.

UNA TORTA REFRESCANTE

Mañana no te pierdas la receta de una original y fácil torta mosaico de gelatina. La preparación es súper fácil y el resultado muy vistoso.

Los pequeños de la casa estarán encantados de colaborar con la elaboración y podrás hacerla con diferentes sabores y colores de gelatina.

Además, no olvides que coleccionando las láminas podrás participar en sorteos de utensilios y hornos de repostería. Solo tienes que entrar a la página web que sale en la lámina e introducir el código que viene y llenar los datos que te piden para concursar.


PREPARA UNA TORTA COLORIDA, DIVERTIDA Y REFRESCANTE PARA TU FAMILIA.

Reportero ciudadano

Si quieres reportar un hecho delictivo que viste o del cual eres víctima, mándanos tu denuncia, pruebas o videos a nuestro WhatsApp: 941 000 000. Este número está disponible siempre y **el Popular** listo para investigar. ¡Juntos hagamos un mejor país para todos!

SAMANTHA BATALLANOS

"ESTOY MEJOR SOLA QUE MAL ACOMPAÑADA"

✚ Modelo celebró sus 30 años, ahora solo piensa en facturar y no quiere saber nada de Cupido ni tóxicos. ✚ Hizo mea culpa por su mediática relación con Jonathan Maicelo.

Mario Palacios Oceda.

Solo trabajo y nada de tóxicos. Es lo que pidió la modelo al apagar sus 30 velitas el fin de semana.

Es que Samantha Batallanos está en su mejor momento y no quiere saber nada del amor, al menos por ahora, para enfocarse en seguir facturando.

—Celebraste tus 30 años rodeada de amigos.

—Gracias, me siento toda una mujer desarrollada, cuajada, ¿quién diría? En este tiempo he adquirido experiencia, estoy en mi mejor momento, físicamente me siento perfecta, mucho mejor que años anteriores.

—¿Qué enseñanza te deja haber llegado a la base tres?

—Enfocarme en mi trabajo, dejar las distracciones a un lado, seguir creciendo, tomando las oportunidades que me da la vida y seguir facturando, seguir haciendo platita. Atreverme a hacer cosas que nunca hice antes, como lanzarme como vedette, prepararme en el canto y baile.

—¿Te arrepientes de algo que hiciste?

—Nadie es perfecto, uno aprende de los errores. No me arrepiento de las cosas que he pasado, lo veo como aprendizaje. Aprendí que si uno se cae, debe levantarse y seguir caminando. Mi paz mental no tiene precio, todos debemos tener nuestras propiedades, trabajar en nuestro amor propio. Todas las personas deben poner en prioridad su amor propio.

—¿Y dónde dejaste a los pretendientes?

—No, ahora estoy mejor sola que mal acompañada, y no lo digo por mi anterior relación (Jonathan Maicelo), lo digo porque a veces es mejor estar sola y pensar en uno mismo. Tengo juventud, hay belleza, hay trabajo, hay coquetería, hay sexo, hay amor, hay todo, por qué uno debe estar triste o cabizbajo, arrepentirse de las cosas, todo lo contrario.

—Te vemos más activa en redes sociales, se te nota más alegre hoy, a diferencia de antes.

—Sí, es verdad. Ahora siento que mis fanáticos están felices porque estoy sola, tengo más acogida, los números están creciendo, yo creo que la gente me prefiere soltera (risas). Las oportunidades laborales llegan, los seguidores suben, las marcas me contratan, tengo más dinero. Siento la diferencia.



"Samantha no solo es guapa, también talentosa". Dorita Orbegoso.

Defiende a vedettes

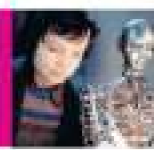
Samantha Batallanos lamentó haber sido blanco de críticas tras anunciar su lanzamiento como vedette junto con Dorita Orbegoso. "No sé por qué se ha satanizado a las vedettes, yo soy modelo y ahora vedette. Me estoy preparando para animar y cantar, es una nueva etapa en mi carrera artística", indicó.

En boca cerrada:
"Había una manipulación, me refiero a más sentimental como 'yo estoy solo' o 'me quedé aquí por ti'. Yo sufrí mucha ansiedad, subí 20 kilos."
Yiddá Eslava, chica reality.



Oye cómo va
Anthony conduce Anthony en su salsa en Radiomar, a las 6:00 a.m.

El Óscar
Hugo. Un ingenioso niño y una niña estudiosa se embarcan en una búsqueda para descubrir un secreto que dejó el padre fallecido del niño. Ganó cinco premios Óscar en el 2012.



ÉRIKA VILLALOBOS

"ME SIENTO MEJOR QUE ANTES, ME SIENTO FELIZ"

✚ Dice estar en paz y disfruta de su pareja.





La actriz Érika Villalobos no ocultó su felicidad por el buen momento que atraviesa en lo profesional y sentimental junto al empresario Erik Zapata, con quien tiene un romance hace un año.

"Ahora me siento más feliz, con más paz, en el momento en el que me conozco mucho más. Nosotros siempre pensamos en los demás, pero uno siempre debe ponerse primero. Tienes que pensar, si tú no estás bien contigo no vas a estra bien con nadie", dijo la actriz, que protagonizará la obra *La madre*, que se estrenará el 3 de osctubre en el teatro De Lucía en Miraflores.

De otro lado, Villalobos dijo no estar en contra de las cirugías, pero por ahora considera no necesitarlo. ▲

MAGALY MEDINA

SACA CARA POR SU HIJO

✚ Defendió de críticas a su primogénito.

¡Saca las garras! Magaly Medina y su esposo, el abogado Alfredo Zambrano, disfrutaron de un breve viaje a España el pasado fin de semana, donde tuvo la oportunidad de visitar a su hijo, Gianmarco Mendoza.

La polémica periodista no tardó en responder a las críticas por no mostrar las imágenes de su engreído.

"Por gente como tú preferimos no publicar fotos", dijo para proteger la intimidad de su familia.



MOLESTA POR ATAQUES A SU HIJO.

Además, dejó claro que, aunque su hijo no sea tan expresivo públicamente, eso no significa que no haya un profundo amor entre ellos. ▲



✚ Chica Selfie reveló que le gustan los hombres deportistas.

✚ No quiso hablar de presunto romance con Christian Cueva.

ROSÁNGELA ESPINOZA

"NO CONECTO CON CUALQUIER CUCARACHO"

¿Indirecta a Aladino? Rosángela Espinoza estuvo en el ojo de la tormenta luego de aparecer recostada en una cama junto a Christian Cueva, que la hizo guardar silencio sobre el tema varias semanas.

Sin embargo, esta situación se hizo evidente en un reciente episodio del podcast de Giancarlo Cossio, en el que la modelo se mostró nerviosa al ser consultada sobre su atracción hacia los deportistas.

Durante la entrevista, el comunicador fue directo al preguntarle si le gustan los futbolistas, a lo que la chica reality respondió con cierta incomodidad.

"A ver, no se trata en sí del término (de futbolistas). Me gusta el hombre que haga deporte... só en lo que sería ... recta al actual jug... Cienciano del Cu...

¿CUCARACHO A CU...

Además, Espino... partió que no es d... toma la iniciativa... queteo.

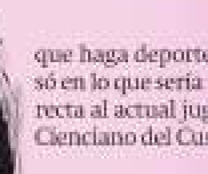
"Yo no do... mer paso, n... queteo co... y uso mi... pero lo ha... lo realmente m... conecto, no ... quier cuca... sostuvo.

No obsta... sángela se... evasiva y pr... ahondar en e... su relación con...

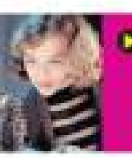
Pese a la ins... del conductor ... cast, ella optó p... tener su vida pr... el ámbito de lo ... y su silencio en ... jugador resuena ... claro indicio de q... sea ser vinculada ... él.

¿Coqueta con Zumba...

Rosángela Espinoza y Zumba siguiero... deleitando a sus fans con más contenid... conjunto. En esta oportunidad, las pers... lidades de la farándula peruana recrea... una candente escena de la famosa pelí... romántica Titanic.

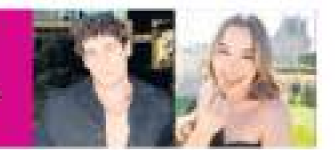


"Soy la qu... ahorita ... representa... 100% la camiseta (L... combatiente..." Rosángela Espinoza.



Ocurrió así

Ale Fuller y Renato Rossini Jr. fueron captados juntos hasta en dos oportunidades en el 2023. Sin embargo, la influencer aseguró hasta la actualidad que mantiene una relación solo de amigos con el actor.



a?
n
o en
ona-
ron
cula

e
n
os
s)".

e", expre-
una indi-
tador del
sco.

EVA?
za com-
e las que
en el co-

y el pri-
unca. Co-
n la mira-
s armas.
go cuan-
e gusta y
ron cual-
racho",

ante, Ro-
mostró
efirió no
l tema de
Cueva.
sistencia
del pod-
por man-
ivada en
personal,
torno al
como un
ue no de-
más con

ANA PAULA CONSORTE

SE LUCE FELIZ CON DOÑA PETA

✚ Garota celebró los ocho meses de su bebé junto con la familia de Paolo Guerrero.

¡Juntas, pero no revueltas! Ana Paula Consorte y Paolo Guerrero celebraron los ocho meses de su segundo bebé, el último fin de semana con una reunión familiar.

A través de Instagram, la ex bailarina compartió algunas instantáneas de lo que fue el festejo que contó con una torta de osito y bocaditos decorados de celeste, marrón y blanco.

En varias de las fotografías se observa a la brasileña muy contenta junto al Depredador y su suegra doña Peta, quien también luce una enorme sonrisa en el rostro.

"Family. Los amo. Cumplemés de José", escribió la modelo garota en la popular red social.

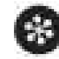
Como se sabe, hace algunas semanas, Ana Paula y doña Peta asistieron a ver a Guerrero en su debut con Alianza Lima en el duelo ante Mannucci, pero cada una estuvo por su lado y no se acercaron.



DESCARTAN ENEMISTAD ENTRE AMBAS CON TIERNA FOTO.

Se presentará en MQM

Ana Paula Consorte anunció que se presentará este viernes por primera vez en vivo en la televisión peruana, en el programa Mande quien mande de América TV, conducido por María Pía Copello y La Carlota.



"Estoy muy feliz por ti (Paolo), donde mereces estar".
Ana Paula Consorte.

RAYO DE LA BOTELLA

EN LOS "PREMIOS PRODU"



SON PRODUCTORES DE EL GRAN CHEF.

Después de 12 años de fundada, la productora peruana Rayo en la Botella, fue seleccionada como finalista en los "Premios Produ", donde fue nominada en cuatro categorías.

Es así que postula a "Mejor Contenido de Realidad de Competencia Original Iberoamericano" por el programa *El gran chef famosos*. La segunda y tercera nominación se encuentran en "Mejor Dirección Entretenimiento Concurso-Reality/Variedades-Talk Show" y "Mejor Productor de Entretenimiento-Reality".

Quienes lideran la productora Rayo de la Botella son Ana Roca Rey, Ricardo Morán y Sebastián Martins.

HASTA EL MOMENTO SE CONFIRMÓ, SIN EMBARGO, 110 FALLECIDOS TRAS EL PASO DEL HURACÁN EN ESTADOS UNIDOS

Cifra de muertos por Helene llegaría a 600

✚ Destrucción por causa del temporal es monstruosa en varios estados del país del norte.

WASHINGTON. La jefa de seguridad nacional de Estados Unidos dijo ayer que el número de muertos podría subir hasta 600, por las inundaciones causadas por el huracán Helene en el sureste de Estados Unidos.

"Parece que podrían haberse perdido hasta 600 vidas", dijo Liz Sherwood-Randall a los periodistas. "Sabemos que hay 600 personas desaparecidas", agregó.

Hasta el momento, sin embargo, se confirmó unos 110 muertos y un tendal de destrucción en el sureste de Estados Unidos, que se convirtió ayer en tema importante de la campaña electoral, obligando a los demócratas a rechazar las acusaciones por la gestión de la catástrofe.


HASTA SEIS CIUDADES ESTÁN SUFRIENDO EL PASO DE HELENE.



Duramente cuestionado el candidato republicano Donald Trump, el gobierno de Joe Biden aprobó ayuda federal para varios estados, tras el desastre y prometió ayer que la asistencia durará "todo el tiempo que sea necesario".

"Seguiremos enviando recursos, incluyendo alimentos, agua, comunicaciones y equipos de salvamento", dijo el presidente, que planea viajar a las zonas más afectadas esta semana.

Helene tocó tierra el jueves por la tarde cerca de Tallahassee, capital de Florida, como un huracán de categoría 4 en una escala de 5 con vientos de 225 km/h.

Posteriormente se degradó a ciclón postropical, pero dejó un paisaje desolador en Florida, Georgia, Carolina del Sur y del Norte, Tennessee y Virginia.En cuanto a víctimas, el domingo se informó que el número de fallecidos llegaba a 50 y también varias centenas de afectados.

Ayer las cifras eran mucho más preocupantes, mientras los socorristas seguían buscando supervivientes y llevando alimentos a los residentes afectados por las inundaciones, los cortes de energía y las carreteras bloqueadas. Casi dos millones de hogares y empresas permanecían sin electricidad el lunes, según poweroutage.us. ▲

EN LA 'U' TOMAN CON CALMA LA RECTA FINAL DEL CLAUSURA





Pisan pelota

"Aún no hemos ganado nada y hay que seguir siendo humildes", dijo Corzo, capitán crema.

Los pies bien puestos sobre la tierra y cero triunfalismo. Ese es el sentir en Universitario que toma con calma la recta final del Torneo Clausura, donde los cremas lideran la tabla con 30 puntos, tres más que Alianza Lima, y están a cuatro partidos de poder lograr el bicampeonato.

Aldo Corzo, capitán del cuadro crema, tomó la palabra: "Vemos lo que resta del campeonato de una manera más sensata. No hemos ganado nada todavía, tenemos los pies bien puestos sobre la tierra. Estamos muy contentos por el momento del equipo, pero tranquilos, porque faltan cuatro fechas. Seguimos humildes, todavía falta".

En tanto, Fabián Bustos, entrenador de los merengues, ve con optimismo la recta final. "Nosotros seguimos pensando en lo nuestro, mirando lo nuestro y en los partidos que se nos vienen para tratar de conseguir los mejores resultados", indicó.

El técnico argentino se preocupa de la 'U' y no por lo que haga Alianza Lima. "Me molesto porque a veces buscan la octava pata del gato con algunas preguntas, cuando queda claro que nosotros siempre hemos dicho que vamos partido a partido. Acá nunca nos referimos de los rivales, ni de los partidos de los otros equipos. Para mí, los jugadores son los más importante que tiene el club", expresó.

MENSAJE A ALIANZA LIMA

Jean Ferrari, administrador de la 'U', se refirió al título de 1934 que se lo adjudica Alianza Lima. "Estamos enfocados en el campeonato 2024, discutir algo que en realidad no corresponde, es como que hoy yo te diga que tus zapatillas son mías, es algo ilógico. Para qué entrar en esos temas, estamos cerca del campeonato, nos vamos a una para de casi tres semanas, pero estamos pensando y ansiosos de jugar el duelo ante ADT", puntualizó.

Quispe es noticia en México



CIUDAD DE MÉXICO. Piero Quispe fue elogiado por la prensa mexicana, gracias a su gol y por la buena actuación que cumplió con Pumas que ganó 1-0 a América en el clásico del fútbol azteca.

"Piero Quispe firma su mejor partido en el futbol mexicano ante América. ¡Calladitos!", publicó el diario Récord.

En tanto, Esto escribió: "Un zarpazo fue suficiente para terminar con el campeón. Pumas mostró intensidad, garra y espíritu, ese que le exige su escudo. El rugido de Piero Quispe fue letal".

Quispe se refirió a su actuación: "Día a día vengo mejorando y estoy muy feliz por marcar el gol y ayudar a mis compañeros porque ganar un Clásico no se gana todos los días. Ahora queda enfocarnos en el siguiente partido y a disfrutar".

Grau goleó 4-0 a UTC y sueña con la Copa



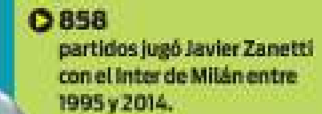
SULLANA. Atlético Grau goleó como local 4-0 a UTC y se mantiene en zona de clasificación a la Copa Sudamericana.

Nei Bandiera (29' y 55'), de cabeza y de una espectacular tijera, puso el 2-0 transitorio para el cuadro local.

Luego, Paulo de la Cruz (88'), de media vuelta, ampliaba el marcador. Finalmente, Tomás Sandoval (90'), de penal, sentenció el partido para el Patrimonio de Piura.

Gracias a esta victoria, Grau suma 38 puntos en la tabla acumulada y sigue en zona de Sudamericana. En tanto, UTC tiene 29 unidades en el acumulado y por diferencia de goles está por encima de la zona de descenso. Tras la fecha FIFA, Grau visitará a Sport Huancayo, mientras que UTC recibirá a Alianza Lima.

Frases célebres:
"Creo en Dios y en el Señor de los Milagros que conocí en Alianza Lima".
Gustavo Costas, DT argentino.



858
partidos jugó Javier Zanetti con el Inter de Milán entre 1995 y 2014.



Toma nota
El esquí acuático, también llamado esquí náutico, es un deporte que mezcla el surf y el esquí.



EL DIBU MARTÍNEZ SE DISCULPÓ TRAS RECIBIR SANCIÓN DE FIFA

No le QUEDABA OTRA



Fue suspendido dos fechas por golpear una cámara de TV.

BUENOS AIRES. Nunca es tarde para pedir perdón. Emiliano "Dibu" Martínez, arquero de la selección argentina, ofreció sus disculpas tras ser sancionado con dos fechas, lo que le privará jugar contra Venezuela y Bolivia.

"Acepto la sanción de FIFA y pido disculpas si ofendí a alguien, el momento de celebración es para hacer sonreír a muchos chicos y no faltar el respeto a nadie. Apoyaré a mis amigos en esta fecha FIFA con el dolor de no poder estar", refirió el golero del Aston Villa en Instagram.

"Nunca fue mi intención faltarle el respeto a nadie, ni entendía que un gesto bien recibido por la gente era ofensivo, pero trataré de no ofender más a nadie y solo enfocarme en ganar títulos con Argentina y Aston Villa", concluyó Martínez.

Hay que recordar que el Dibu golpeó una cámara tras la derrota de Argentina frente a Colombia en Barranquilla, y luego del triunfo ante Chile en el estadio de River, se llevó el trofeo de la Copa América a su zona genital, en un festejo que hizo popular cuando recibió el premio al Mejor Arquero del Mundial en la consagración del equipo Albiceleste en Qatar 2022.

Aumenta su cuenta

RIAD. Cristiano Ronaldo llegó a los 904 goles al anotar ayer en el triunfo de Al-Nassr 2-1 sobre Al-Rayyan por la segunda fecha del grupo B de la Liga de Campeones de Asia.

El delantero portugués puso el 2-0 transitorio al minuto 76 y se lo dedicó a su difunto padre, quien ayer cumplió años.

Sadio Mané (45') inauguró el marcador para Al-Nassr, mientras que Roger Guedes (87') descontó para Al-Rayyan.

Al-Nassr sumó cuatro puntos y es tercero en el grupo B, a dos del líder Al-Ahli Saudí.



Griezmann deja selección

PARÍS. A sus 33 años y mediante sus redes sociales, Antoine Griezmann anunció su retiro de la selección francesa.

"Con el corazón lleno de recuerdos, cierro este capítulo de mi vida. Gracias por esta magnífica aventura tricolor y hasta pronto", fue el mensaje del Principito, campeón del mundo con Francia en Rusia 2018.



TRAS CASI UN AÑO, NEYMAR ENTRENA A LA PAR CON AL-HILAL.

DELANTERO SUPERÓ GRAVE LESIÓN EN RODILLA

Neymar volvió a entrenar

RIAD. Neymar regresó ayer a los entrenamientos con Al-Hilal, un año después de sufrir una rotura de ligamentos y meniscos en la rodilla izquierda.

Tuvo que pasar 348 días para que el delantero brasileño vuelva a entrenar a la par con el plantel. "¡VOLVÍ! Estoy feliz de regresar al grupo... Ahora todo es alegría", fue el mensaje de Ney, quien se lesionó el 17 de octubre del año pasado jugando por la selección brasileña ante Uruguay por las eliminatorias.

El futbolista se ejercitaba por separado desde julio. Su regreso a la competición depende de la preparación técnica y de la decisión del entrenador Jorge Jesus.

Al-Hilal aún no incluyó a Neymar en la lista de jugadores para el campeonato local, que comenzó en agosto, pero sí figura en la Liga de Campeones de Asia.

FOSSATI DICE QUE LA BICOLOR DARÁ PELEA

“Perú no es accesible”

No se confía de Uruguay y explica las ausencias en la convocatoria.


LE PONE FE A LA SELECCIÓN EN LA FECHA DOBLE DE ELIMINATORIAS.

Al mal tiempo Jorge Fossati intenta ponerle buena cara con miras a los partidos que afrontará la selección con Uruguay y Brasil, el 11 y 15 de octubre, respectivamente. Si bien Perú no está bien, pues es último en las eliminatorias sudamericanas con tres puntos, para el Nono eso no significa que será un rival fácil.

“En el fútbol sudamericano no existe más lo que existía, los equipos difíciles y los equipos accesibles. Están los más fuertes y los menos fuertes, entre los más fuertes está Uruguay. Y Perú está entre los menos fuertes, pero no somos accesibles para nadie y eso quedará demostrado en los próximos partidos, como ya quedó demostrado en los anteriores”, indicó.

Fossati se refirió a las bajas que tendrá Uruguay ante Perú. “Uruguay tiene uno de sus clubes clasificado a semifinales de la Libertadores (Peñarol) que además va líder en Uruguay. Si no hay ninguna sorpresa no habrá ningún jugador de Peñarol en la selección y creo que con eso contesto el tema de las bajas en Uruguay. No estoy acá para estar llorando por los que no están, sino valorando a los que tengo”, indicó.

CALCATERRA Y AUSENTES

El seleccionador explicó la convocatoria de Horacio Calcaterra. “Sé la clase de jugador que es. En el Apertura no tuvo mucha participación, pero en el Clausura eso cambió y tomé la decisión de convocarlo. Por un tema familiar él viajará a Argentina, el jueves estará con nosotros nuevamente”, remarcó.

Fossati se refirió a la no convocatoria de André Carrillo y Paolo Guerrero: “Si no son opción uno, mínimo tienen que ser opcion dos, pero si no es así, no me parece bien traerlos”, acotó.

También habló de la ausencia de Christian Cueva. “Me pone muy contento que Christian haya vuelto a las canchas. Ahora lo que le falta para ser convocado es volver al peso y ritmo de un futbolista profesional”, finalizó.

LOS CONVOCADOS



ARQUEROS
Pedro Gallese
Carlos Cáceda
Diego Romero

DEFENSAS
Alexander Callens
Aldo Corzo
Luis Abram
Carlos Zambrano
Miguel Araujo
Renzo Garcés

MEDIOCAMPISTAS
Jesús Castillo
Oliver Sonne
Renato Tapia
Sergio Peña
Jean Pierre Archimbaud
Piero Quispe
Andy Polo
Marcos López
Luis Advíncula
Horacio Calcaterra
Wilder Cartagena

DELANTEROS
Gianluca Lapadula
Edison Flores
Bryan Reyna
Joao Grimaldo
José Rivera
Alex Valera

INVITADO:
Maxloren Castro

SE JUEGA LA SEGUNDA FECHA

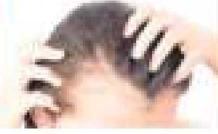
Champions no se detiene

La segunda jornada de la Champions League, en su nuevo formato de 36 clubes, empezará hoy. El FC Barcelona buscará recuperarse, tras perder 2-1 con Mónaco, hoy ante Young Boys. En tanto, Bayer Leverkusen, que goleó 4-1 al Feyenoord, buscará su segundo triunfo ante el Milan, que perdió 3-1 con Liverpool.

Otros partidos: Arsenal-PSG, Inter-Estrella Roja, Slovan Bratislova-Manchester City, PSV-S. Lisboa, Dortmund-Celtic, Stuttgart-Sparta Praga y Salzburgo-Brest.



A tener cuidado
La deficiencia de hierro (anemia) causa la pérdida de cabello en una de cada 10 mujeres. Es muy importante que incluyas en tu dieta alimentos con este mineral.



El dato
Si tienes la manos y los pies fríos, así como dolor en el pecho, acude a un médico.

Lo bueno de
Pitahaya Contiene mucílagos que ayudan a mejorar la digestión. Regulariza el tránsito intestinal y fortalece las paredes del colon.

A VECES NO COMEMOS BIEN Y NO NOS DAMOS CUENTA

Señales para cambiar la alimentación

Conoce cinco señales que tu cuerpo te envía cuando algo no funciona en tu dieta.

Zoraida Peña H.

Nuestro cuerpo es como una máquina que cuando empieza a fallar nos avisa. Por ello, debemos estar muy atentos a estas señales de que debemos cambiar la alimentación.

¡DATE CUENTA!

Te enfermas a menudo. Una dieta pobre afectará tu sistema inmunológico. Para mantener fuertes tus defensas lo esencial es comer grandes cantidades de frutas, vegetales, granos enteros y pocas grasas saturadas.

Mucho cansancio. Una dieta inadecuada puede hacer que tus energías se agoten rápidamente. Si no tomas suficiente agua, estarás deshidratado o si solo consumes alimentos procesados, tendrás cansancio por su alto nivel de azúcar.

Duermes mal. Puede indicar una mala dieta como consumir menos variedad de alimentos en el día.

CONSULTA A UN NUTRICIONISTA PARA QUE TE RECOMIENDE LA DIETA ADECUADA.

Tu piel no brilla. Si te faltan ácidos grasos como el omega 3 o las vitaminas C y E, esto se manifiesta en forma de espinillas o piel grasosa.

Tu cabello luce poco atractivo. Tu cabellera puede verse afectada por la falta de nutrientes: ácido fólico o vitamina B12 que causan que tu cabello luzca frágil o se caiga a mechones.

Comer bien

Vanessa Riega (*)

TRANSFORMA LA ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS

Implementar hábitos para llevar un estilo de vida saludable, no siempre es sencillo. Te dejo estas recomendaciones que ayudarán:

- Involucra a los niños en todo el proceso de elección, compra y preparación de alimentos.
- No obligues a los niños a quedarse en la mesa hasta terminar el último grano de arroz.
- Los alimentos no son recompensas: esta práctica podría llevar a establecer una relación poco saludable con los alimentos.
- Promueve la práctica de alguna actividad que requiera movimiento después de los horarios de clase.
- Como padres, debemos ser ejemplo en todo, incluyendo los hábitos de una buena alimentación y una vida activa.

* Nutricionista
www.crecebien.pe

COLECCIÓN: 2
Familia bien alimentada

Receta del Instituto Nacional de Salud

Pallar guisado con carne

INGREDIENTES

- Una tz. de pallar.
- 1/4 de kg. de carne para guiso.
- Una cebolla.
- 2 cdtas. de ajo molido.
- Una cda. de ají amarillo molido.
- Una cda. de ají colorado amarillo.
- Aceite vegetal.
- Sal, pimienta y comino al gusto.

PREPARACIÓN

Poner a sancochar el pallar previamente remojado. Mientras, hacer el aderezo: Freír cebolla en cuadritos, agregar ajo y luego ají amarillo y ají colorado; una vez dorado, incorporar la carne en cuadritos mezclar y sacozar, inmediatamente verter agua o caldo cubriendo la carne. Tapar y dejar cocinar a fuego medio unos 20 minutos. Una vez cocida la carne agregar los pallares y mezclar todo. Servir con arroz graneado.

Secreto del chef
Puedes echar una pizca de bicarbonato de sodio en el agua de la cocción de los pallares para evitar los gases.

TIPS

1 LAS GRASAS DE LOS PESCADOS AZULES

El pescado azul es rico en grasas insaturadas; entre ellas cabe destacar los ácidos grasos omega 3, con efectos saludables como: reducir los niveles de triglicéridos en la sangre, disminuir la presión arterial, disminuir el riesgo de trombosis, aumentar la vasodilatación arterial.



2 ALIMENTACIÓN EN LA MENOPAUSIA

Durante la menopausia es importante enriquecer la dieta con alimentos con mucho calcio como lácteos descremados, legumbres, hortalizas y cereales integrales. El pescado nos aportará ácidos grasos esenciales de la serie omega 3, muy útiles en la prevención de algunas enfermedades cardiovasculares.



3 ¿QUÉ ES LA ANOREXIA NERVIOSA?

En el caso de las mujeres tienen un peso muy bajo y falta de menstruación. Generalmente, la pérdida de peso es mediante una disminución de la ingesta total de alimentos. Aunque los anoréxicos empiezan por excluir todos los alimentos con alto contenido calórico, la mayoría acaba con una dieta muy restringida.



Gaturro



Las 7 diferencias



Estos dos dibujos parecen iguales, pero no lo son. Fijate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

chiste

Físico
¿Por qué los físicos no pueden jugar al escondite?

—Porque al encontrar su posición, pierden el momento.

acertijo

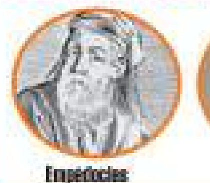
Ana tiene 5 camisas rojas y 3 camisas azules. Si decide ponerse una camisa al azar, ¿cuál es la probabilidad de que sea roja?

Sudoku

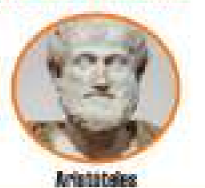
5	1	2	8			4		9
4			1			6	8	
				5	7			
			3	1		8		
	5	8	7	9			6	2
7	2							4
		5	9	6	3	7		1
9	6					3	2	
	3			4				

¿Quién lo dijo?

"El carácter de un hombre es su destino."


Empédocles


Heráclito


Aristóteles

A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

Soluciones de ayer





[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2	[illegible]	4
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
2	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	7	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	4	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

El acertijo: A las 12:00 PM. (Primero: 60 km/h × 4 h = 240 km, segundo: velocidad relativa = 20 km/h, tiempo = 240 km / 20 km/h).

¿Quién lo dijo?:
Drew Barrymore.

Sopa de letras

E	S	T	P	H	D	J	Y	A	I	U	G	W	Z	Q	X	G	B	U	A	V	I	C	P
L	K	K	T	E	N	T	R	E	T	E	N	E	R	S	E	N	D	I	A	Z	O	R	U
X	E	C	S	G	N	R	O	Z	T	S	V	L	K	C	I	E	R	J	L	C	H	X	B
G	E	N	E	R	A	L	D	E	S	E	W	Z	Q	M	H	A	R	L	U	I	A	U	L
B	K	V	P	R	N	J	I	P	S	M	I	G	W	Y	A	O	E	L	C	N	C	J	I
Q	T	H	O	V	D	Z	N	T	E	R	K	S	O	A	M	A	R	D	I	E	O	G	C
S	B	L	U	T	H	Q	E	E	Z	S	A	O	R	E	N	E	G	E	L	M	M	U	O
O	L	A	W	L	O	S	N	M	Q	P	P	N	C	K	H	S	I	G	E	A	O	C	W
R	Y	F	M	N	B	R	A	A	V	T	E	E	O	U	D	D	C	E	P	T	D	O	F
P	P	Y	S	X	J	B	I	V	U	R	V	L	C	I	W	M	Z	Y	F	O	O	M	H
R	A	X	W	K	S	C	Q	V	I	Z	I	C	M	T	C	N	O	D	U	G	S	P	L
E	T	Q	P	H	A	L	A	Z	G	T	R	Y	F	N	A	O	E	W	C	R	D	O	L
N	Q	C	X	T	C	A	G	M	K	R	A	O	P	D	U	D	M	H	E	A	Z	R	O
D	Y	B	S	A	I	S	H	C	T	W	J	T	D	D	V	M	O	E	G	F	C	T	P
E	O	Z	B	Z	G	I	F	O	U	O	C	S	C	I	P	E	L	R	X	I	T	A	N
R	R	M	I	I	O	F	Z	M	C	F	A	O	H	E	B	R	I	Q	G	C	E	M	P
S	A	O	Y	T	L	I	H	E	U	X	B	S	M	O	P	I	W	Z	L	O	V	I	P
E	N	E	T	N	O	C	O	D	T	R	F	D	U	U	T	X	H	K	M	V	S	E	L
H	O	R	I	A	C	A	W	I	A	B	D	I	S	S	E	C	E	X	C	G	N	N	Y
O	I	X	F	R	I	C	U	A	T	M	A	L	K	U	T	S	A	J	E	A	D	T	G
H	S	P	M	A	S	I	I	Z	N	V	C	F	X	X	M	A	P	P	R	D	L	O	Q
N	I	B	O	G	P	O	R	I	M	P	L	I	C	I	T	O	R	E	A	M	T	U	W
H	V	Q	E	K	C	N	V	F	G	J	Y	I	X	N	L	R	I	S	G	X	C	D	Z
M	F	O	P	S	U	Q	I	V	K	A	V	E	N	T	U	R	A	S	E	T	G	O	C

CINEMATOGRÁFICO

- ☐ ACOMODO
- ☐ ASUSTARSE
- ☐ AVENTURAS
- ☐ CINEMATOGRÁFICO
- ☐ CLASIFICACIÓN
- ☐ COMEDIA
- ☐ COMPORTAMIENTO
- ☐ DRAMA
- ☐ EMOCIONARSE
- ☐ ENTRETENERSE
- ☐ ESPECTADOR
- ☐ EXHIBIDOR
- ☐ EXPECTATIVAS
- ☐ GARANTIZA
- ☐ GENERAL
- ☐ GÉNERO
- ☐ GUÍA
- ☐ IMPLÍCITO
- ☐ LLORAR
- ☐ OBRA
- ☐ PACTO
- ☐ PELÍCULA
- ☐ PSICOLÓGICAS
- ☐ PÚBLICO
- ☐ REÍR
- ☐ SORPRENDERSE
- ☐ TEMA
- ☐ VISIONAR

Consultorio sentimental

Me enamoró y terminó estafándome

ELIANA (40). Doctora Cora, hace unos meses conocí a un hombre en un evento deportivo. Se dio el clic y nos hicimos enamorados. Jamás pensé que se había acercado a mí por interés, solo para captarme y sacarme una buena cantidad de dinero con el cuento de estudiar para ser socorrista y llevarme al exterior para trabajar. Pagué una buena cantidad de dinero fruto de mis ahorros. Viajamos juntos a México y España, y aparentemente todo iba bien. Así que decidí ir con él a Estados Unidos cruzando la frontera y es ahí donde me abandonó a mi suerte. Me detuvieron y me deportaron. Ahora me llama excusándose para retomar el idilio. ¿Qué hago?



RESPUESTA

Querida Eliana, suele ocurrir que la persona se acerca por interés y tienen un objetivo. Me hubiera gustado saber cuánto tiempo lo conociste para confiar tanto en él. Ahora las redes sociales ayudan mucho para conocer a una persona. No debes volver a caer en sus redes. Suerte.

Dra. Cora Song | corasong@gmail.com

HORÓSCOPO de LUISA

Aries 21 mar. - 20 abr.
Hoy es posible que tengas un ingreso de dinero y mejoras económicas, Aries. En el ámbito del trabajo no dejes que tanta actividad te altere.
Tu color: blanco — **Tu número: 4**

Tauro 21 abr. - 21 may.
Te sentirás con ganas de comerte el mundo. En el ámbito laboral podrás superar cualquier contratiempo si haces un buen uso de tus energías.
Tu color: azul — **Tu número: 12**

Géminis 22 may. - 21 jun.
Hoy será un día positivo para cuidar tus relaciones, tanto las desarrolladas en el entorno laboral como las estrictamente personales.
Tu color: verde — **Tu número: 2**

Cáncer 22 jun. - 22 jul.
Te espera un día de suerte, Cáncer, y no solamente eso, también te sentirás en plenitud de facultades físicas y mentales.
Tu color: rojo — **Tu número: 10**

Leo 23 jul. - 23 ago.
Presta mucha atención al entorno, Leo, porque podrías estar muy cerca de algo que te conviene, pero no ser capaz de verlo.
Tu color: magenta — **Tu número: 1**

Virgo 24 ago. - 23 set.
Este lunes será un día de mucha actividad, Virgo, especialmente en el ámbito del trabajo: no dejes que el estrés haga mella en ti.
Tu color: celeste — **Tu número: 8**

Libra 24 set. - 23 oct.
Hoy habrá unos aspectos muy positivos para las actividades relacionadas con las artes, la belleza y las relaciones públicas.
Tu color: marrón — **Tu número: 3**

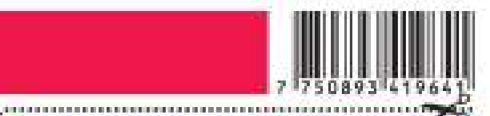
Escorpio 24 oct. - 22 nov.
La inseguridad podría hacer mella en ti, pero no deberías permitírselo. Ten cuidado con tus palabras.
Tu color: negro — **Tu número: 11**

Sagitario 23 nov. - 21 dic.
Es posible que tu mundo emocional esté en revolución: pon un poquito de orden en él. Te espera un día muy positivo.
Tu color: naranja — **Tu número: 5**

Capricornio 22 dic. - 20 ene.
Deja de lado tu comportamiento tan estricto. Entrarás en una semana en la que tendrás que trabajar duramente por tus objetivos. ¡Suerte!
Tu color: coral — **Tu número: 7**

Acuario 21 ene. - 19 feb.
Trata de pensar de una manera optimista, porque de esta forma conseguirás estar mucho más cerca de tus sueños... ¡Suerte!
Tu color: violeta — **Tu número: 9**

Piscis 20 feb. - 20 mar.
En el ámbito económico podrías tener un pequeño golpe de suerte hoy. Recuerda sacar a relucir todo tu potencial.
Tu color: crema — **Tu número: 6**



ESFERA CELESTE O TERRESTRE

EX REINA DE BELLEZA PERUANA, ... MANTILLA

UNIVERSIDAD NACIONAL DE INGENIERÍA

QUE GOZA DE BUENA SALUD

CANTABA 'PUERTA DE AMOR' ... BRAVO

'POBRE' EN INGLÉS

QUE EMITE

PLANTA TROPICAL CUYO FRUTO ES EL PLÁTANO

DISCIPLINA DEPORTIVA ACUÁTICA

TEMA DE JERRY RIVERA '... DE NIÑO'

TEMA DE ALEX UBAGO 'SIN MIEDO ...'

TEMA DE LUIS MIGUEL 'COMO YO TE ...'

ESTADIO DE BARCELONA, CAMP ...

OF. NACIONAL DE PROCESOS ELECTORALES

'GATO' EN INGLÉS

FRANCISCO EN 'LA RICA VICKY' CARLOS ...

'MUCHOS' EN INGLÉS

ACTRIZ EN 'PULP FICTION' ... THURMAN

MANGA JAPONÉS, ... PIECE

SERIE CON MANUEL GOLD 'LOS DEL ...'

ANIMAL MARINO COLONIAL

FARDO, COSTAL

AFLICCIÓN, CONGOJA

VENA O ... SANGUÍNEO

EX CHICA REALITY Y MODELO, ... MANZANAL

EVITA, REHUYE

FILME DE 2006 'EL DIABLO ... A LA MODA'

CLUB DE FÚTBOL DE BRASIL, ... DE PORTO ALEGRE

SOCAVAR, EXCAVAR

FILME CON JEAN-CLAUDE VAN DAMME '... BALAS'

TEMA DE CARLOS BAUTE 'TE ... PERDÓN'

DIOSA DEL ANTIGUO EGIPTO

LÍDER DE LA BANDA AEROSMITH, STEVEN ...

TEMA DE HOMBRES G '... MUJER DE BANDERA'

'PIERNA' EN INGLÉS

EXTRAÑO, PECULIAR

LEMA EN EL CRUCIFIJO

TEMA DE EMINEM '... YOURSELF' (PIÉRDETE)

DOMINIO WEB DE PAÍSES BAJOS

'HERRAMIENTA' EN INGLÉS

VESTIDO O ADORNO DE LUJO

REZAR, CLAMAR, SUPLICAR

FILME DE DISNEY Y PIXAR 'BUSCANDO A ...'

PREFIJO QUE SIGNIFICA 'ANIMAL'

FIESTA INCA DEL SOL, ... RAYMI

TEMA DE FRANCO DE VITA '... BASTA'

IMPULSÓ LA REFORMA PROTESTANTE EN ALEMANIA, MARTÍN ...

SÍMBOLO QUÍMICO DEL LITIO

FUTBOLISTA PERUANO, CHRISTOFER ...

'GORRA' EN INGLÉS

DILIGENCIA PARA CONFRONTAR A TESTIGOS O IMPUTADOS

ÁRBOL DE LA ALAMEDA

PAUSA, DETENCIÓN, HUELGA

Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe 2818677 936098953
@perezalbela

Los beneficios de la lechuga para el sistema nervioso

La lechuga no solo es una verdura refrescante y nutritiva, sino también una aliada para la salud del sistema nervioso, la reducción de la ansiedad y la mejora del sueño.

-Propiedades relajantes y sedantes: La lechuga contiene lactucina y lactucarium, compuestos que se encuentran principalmente en las hojas y el tallo, conocidos por sus efectos relajantes y sedantes. Estos compuestos ayudan a reducir la excitación del sistema nervioso, promoviendo un estado de calma.

-Reducción de la ansiedad: Gracias a sus propiedades sedantes, la lechuga es útil para reducir los niveles de ansiedad. Al calmar el sistema nervioso central, la lechuga ayuda a disminuir la tensión y la inquietud, facilitando una sensación de tranquilidad.

-Mejora del sueño: Los compuestos presentes en la lechuga, especialmente la lactucina, actúan de manera similar a los sedantes suaves, promoviendo el sueño y mejorando la calidad del descanso nocturno.

Rica en antioxidantes y vitaminas: La lechuga es rica en antioxidantes como la vitamina C y el betacaroteno, que ayudan a reducir el estrés oxidativo en el cerebro. También contiene vitamina B9 (ácido fólico) que es esencial para la función cerebral y la estabilidad emocional. Contiene potasio y magnesio, minerales importantes para la relajación muscular y la función nerviosa.

Preparar un té de lechuga es una forma eficaz de obtener sus propiedades relajantes antes de dormir. Para hacerlo, hierve algunas hojas de lechuga (preferiblemente lechuga romana o de hoja oscura) en agua durante unos 10-15 minutos, cuela y bebe el líquido tibio.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 9:00 a.m. por Radio Felicidad
Bien de Salud: Sábados de 8:30 a.m. a 9:00 a.m. por Panamericana TV.

LA ÚLTIMA

COCHABAMBA. Residentes de una comunidad en las montañas de Bolivia aseguran que los cráneos de sus ancestros les brindan seguridad y protección, por lo que mantienen en sus casas altares con cráneos.



Buques de la Segunda Guerra Mundial

BELGRADO. En el río Danubio, a su paso por Serbia, quedaron al descubierto los restos de hasta cuatro buques nazis hundidos durante la Segunda Guerra Mundial. Ello debido a la sequía que atraviesa la zona ocasionada por las altas temperaturas.

Estos buques, pertenecientes a la flota del Mar Negro de la Alemania nazi, fueron hundidos a propósito en 1944, mientras las fuerzas germanas se retiraban ante el avance soviético, para entorpecer el avance del Ejército Rojo y evitar que las embarcaciones de los nazis cayeran en sus manos.